

PENERAPAN PIJAT OKSITOSIN TERHADAP PRODUKSI ASI PADA IBU POST PARTUM DI RSUD Dr. SOERATNO GEMOLONG SRAGEN

Nadia Rahmalika Putri, Anjar Nurrohmah, Fitria Purnamawati

Email Korespondensi: nadiarahmalika05@gmail.com

Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

ASI adalah emulasi lemak dalam larutan protein laktosa dan garam anorganik yang disekresikan oleh kelenjar susu ibu, berguna sebagai makanan untuk bayi. ASI yang cukup sulit dicapai karena salah satunya adalah ASI tidak keluar atau tidak keluar. Salah satu manajemen non-farmakologis untuk membantu mempermudah pelepasan ASI dapat dilakukan dengan cara pijat oksitosin. Tujuan: Untuk mengetahui hasil penerapan pijat oksitosin pada produksi ASI di Bangsal Ponek RSUD dr. Soeratno Gemolong Sragen. Metode: Jenis penelitian ini dengan studi kasus. Pengambilan dan pengumpulan data yang komprehensif dengan menyertakan berbagai sumber data. Hasil: Peningkatan produksi ASI pascapersalinan spontan yang signifikan diperoleh pada hari kedua di Ruang Ponek RSUD dr. Soeratno Gemolong Sragen setelah pijat oksitosin pada pagi dan sore hari selama 15 menit. Kesimpulan: Penerapan pijat oksitosin kepada dua responden selama 4 pertemuan memperoleh peningkatan produksi ASI pasca persalinan spontan yang signifikan.

Kata Kunci : Pijat oksitosin, ASI, Ibu Pasca Persalinan

ABSTRACT

Breast milk is an emulation of fats in a solution of lactose protein and inorganic salts secreted by the mother's mammary glands, useful as food for babies. Adequate breast milk is difficult to achieve because one of them is breast milk does not come out or does not go out. One of the non-pharmacological management to help facilitate the release of breast milk can be done by means of oxytocin massage. Objective: To find out the results of the application of oxytocin massage to breast milk production in the Ponek Ward of dr. Soeratno Gemolong Sragen Hospital. Methods: This type of research is with case studies. Comprehensive data capture and collection by including various data sources. Results: A significant increase in spontaneous postpartum breast milk production was obtained on the second day in the Ponek Room of dr. Soeratno Gemolong Sragen Hospital after oxytocin massage in the morning and evening for 15 minutes. Conclusion: The application of oxytocin massage to two respondents during 4 meetings obtained a significant increase in spontaneous postpartum breast milk production.

Keywords: Oxytocin massage, breast milk, Post Partum Mothers

PENDAHULUAN

Post partum spontan adalah waktu dimana proses penyembuhan dan perubahan, waktu sesudah melahirkan sampai sebelum hamil, serta penyesuaian terhadap hadirnya anggota keluarga baru (Putri *et al.*, 2022). Masa post partum atau masa nifas atau lebih dikenal dengan puerperium berasal dari bahasa latin “*Puer*” artinya bayi dan “*Parous*” berarti melahirkan. Masa nifas adalah masa dimana ibu melahirkan bayi dan keluarnya plasenta, biasanya akan berlangsung selama 6 minggu atau 42 hari. Masa nifas merupakan hal yang sangat penting karena dalam kondisi tersebut organ organ mengalami proses pemulihan setelah terjadinya proses kehamilan dan persalinan (Pradnyani, 2022).

Pada saat post partum ibu akan mengalami proses adaptasi fisiologi dan psikologi. Selama masa adaptasi tersebut akan muncul gangguan salah satunya yaitu menyusui tidak efektif. Menyusui tidak efektif adalah suatu kondisi dimana ibu dan bayi mengalami ketidakpuasan atau kesulitan pada saat menyusui (Az-Zahra *et al.*, 2023). Kondisi ibu pada masa postpartum dimana ASI tidak dapat keluar dapat disebabkan beberapa faktor seperti payudara bengkak, puting susu yang tidak menonjol, kelelahan pasca melahirkan, hisapan bayi yang tidak adekuat, inisiasi menyusui dini yang terlambat, sehingga bayi tidak dapat menyusui secara optimal kepada ibu (Purba *et al.*, 2023).

Berdasarkan cakupan ASI eksklusif di seluruh dunia sejumlah 41% sedangkan target WHO (*World Health Organization*) untuk ASI eksklusif di dunia sebesar 70%. Pada tahun 2024, persentase bayi yang mendapat ASI eksklusif di Indonesia hanya sebesar 80,72%, pada kota Sragen menunjukkan data presentase pemberian ASI eksklusif sebesar 66,5% (Pasaribu *et al.*, 2024). Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Sragen pada tahun 2024 menunjukkan bahwa presentase bayi yang mendapatkan ASI eksklusif pada bayi usia < 6 bulan di kabupaten Sragen sebesar 74,3% (Tanuwijaya & Susanto, 2022).

Tidak semua ibu melahirkan dapat langsung mengeluarkan ASI untuk bayinya, dikarenakan pengeluaran ASI membutuhkan suatu interaksi antar rangsangan mekanik, saraf, dan beberapa hormon lainnya yang kemudian berpengaruh terhadap pengeluaran oksitosin. Keadaan emosi ibu juga sangat berkaitan dengan reflek oksitosin yang nantinya dapat mempengaruhi produksi ASI. Masalah dari ibu yang timbul selama menyusui dapat dimulai sejak sebelum persalinan (*periode antenatal*), pada masa pasca persalinan dini, dan masa pasca persalinan lanjut. Masalah menyusui dapat pula diakibatkan karena keadaan khusus. Selain itu, ibu sering benar mengeluhkan bayinya sering menangis atau “menolak” menyusui (Ariyanti, 2020). Dukungan keluarga merupakan salah satu factor utama yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif (Yanti & Andreinie, 2020).

Ketidakberhasilan pemberian ASI eksklusif dilatarbelakangi oleh minimnya kesadaran seorang ibu atas pentingnya ASI bagi pertumbuhan anak. Perkaranya adalah Pendidikan yang kurang memadai, rendahnya pengetahuan menjadi penyaring berbagai informasi yang diterima seorang ibu. Pengeluaran ASI tidak lancar dapat mempengaruhi ibu tidak dapat memberikan ASI eksklusif kepada bayinya, dan fakto lainnya adalah perawatan payudara, frekuensi penyusuan, paritas, stress, penyakit atau kesehatan ibu, konsumsi, rokok atau alkohol, pil, kontrasepsi, asupan nutrisi (Putri *et al.*, 2022).

Upaya promotif dengan penatalaksanaan non-farmakologis dapat menjadi alternatif penatalaksanaan ibu post partum yang produksi ASI tidak lancar. Penanganan non-farmakologis (pijat oksitosin) dapat dilakukan dengan suami ataupun keluarga, efektif dalam peningkatan produksi ASI, dan membutuhkan waktu $\pm$ 15 -20 menit. Pijat oksitosin sangatlah berpengaruh bila dilakukan sebanyak 2 kali dalam 1 hari pada hari pertama dan hari kedua post partum, karena pada kedua hari tersebut ASI belum terproduksi cukup banyak sehingga dapat terlihat perubahannya setelah dilakukant tindakan pijat oksitoson. Hormon oksitosin yang masuk ke dalam aliran darah dangan merangsang sel otot di sekeliling alveoli berkontraksi

sehingga dengan pijatan di daerah tulang belakang akan memberikan rasa nyaman, relaksasi, menghilangkan stress sehingga hormon oksitosin keluar akan membantu pengeluaran ASI (Purnamasari & Hindiarti, 2020).

Hasil penelitian (Shella Afriany *et al.*, 2024) setelah dilakukan pijat oksitosin hari pertama masih belum terlihat signifikan dari kedua responden. Pada hari ke dua didapatkan kedua responden mengalami peningkatan ASI pada Ny. D dari skor 1 menjadi 6 dan Ny. M mengalami peningkatan ASI dari skor 3 menjadi 6. Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa setelah dilakukan pijat oksitosin hari pertama masih belum terlihat peningkatan. Pada hari ke dua didapatkan kedua responden mengalami peningkatan ASI pada Ny. A dari skor 0 menjadi 5 dan Ny. H mengalami peningkatan ASI dari skor 2 menjadi 5 (Yusita *et al.*, 2020).

Hormon prolaktin memengaruhi produksi ASI, sedangkan hormon oksitosin memengaruhi pengeluaran ASI. Melalui rangsangan pada puting seperti hisapan mulut bayi atau pijat tulang belakang ibu maka hormon oksitosin dapat dihasilkan. Pijat oksitosin adalah pemijatan pada tulang belakang yang dimulai pada tulang belakang servikal (*cervicalvertebrae*) sampai tulang belakang torakalis dua belas, dan merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan. Pijatan ini berfungsi untuk merangsang refleksi oksitosin atau *reflex letdown*, selain itu untuk meningkatkan hormon oksitosin yang dapat menenangkan ibu, sehingga ASI dapat keluar dengan sendirinya (Alamsyahbudin *et al.*, 2021). Selain memperlancar ASI pijat oksitosin bisa mempercepat penyembuhan luka, mencegah terjadinya perdarahan post partum, dan meningkatkan rasa nyaman pada ibu menyusui.

Berdasarkan data bangsal ponek RSUD dr. Soeratno Gemolong Sragen (2025) prevalensi jumlah ibu post partum pada bulan Januari-Desember sebanyak 36,39% (198 dengan persalinan Spontan) dan 36,6% (346 dengan persalinanSc), dalam satu bulan terakhir terdapat sekitar 155 ibu yang masih sulit menyusui. Sedangkan berdasarkan data yang diperoleh pada bulan Januari 2025 sebanyak 58,8% Spontan dan 41,1% Sc.

Hasil wawancara yang dilakukan peneliti di ruang ponek RSUD dr. Soeratno Gemolong Sragen terhadap ibu post partum yaitu : 2 ibu post partum spontan dan 2 ibu post partum SC. Satu Ibu Post Partum Spontan yang produksi ASI tidak lancar dan sudah mengkonsumsi sayuran yang bisa memperlancar produksi ASI tetapi masih belum keluar, sedangkan satu Ibu Post Partum Spontan produksi ASI juga tidak lancar, tidak mengkonsumsi makanan yang bisa memperlancar produksi ASI, dan ke duanya tidak mengetahui bagaimana cara memperlancar produksi ASI dengan terapi komplementer (pijat oksitosin). Kemudian 2 Post Partum SC produksi ASInya lancar dan sudah mengetahui terapi komplementer (pijat oksitosin). Oleh karena itu, penulis tertarik untuk melakukan penerapan pijat oksitosin untuk memperlancar produksi ASI pada post partum spontan di ruang Ponek RSUD dr. Soeratno Gemolong Sragen.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan Studi Kasus. Desain penelitian yang digunakan peneliti adalah metode studi kasus. Memiliki pengambilan dan pengumpulan data secara menyeluruh dengan menyertakan berbagai sumber data. Peneliti ini dibatasi oleh peristiwa, aktivitas individu sesuai dengan waktu dan tempat serta kasus yang dipelajari. Penelitian studi kasus ini untuk meneliti kelancaran ASI pada ibu post partum di RSUD dr. Soeratno Gemolong Sragen.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Studi kasus dilakukan pada 2 responden di ruang Ponek RSUD dr. Soeratno Gemolong Sragen yang belum pernah mendapatkan informasi terkait pijat oksitosin dan menyetujui lembar *informed consent* sebagai responden, pijat oksitosin ini dilakukan 6 jam post partum

spontan dan 24 jam setelah post partum dan peneliti mendampingi pasien untuk melakukan pijat oksitosin selama 15 menit. Observasi dilakukan setiap hari untuk mengetahui hasil peningkatan ASI pada pasien. Berikut ini distribusi hasil penerapan pada kedua responden yang pijat oksitosin *post partum spontan* di ruang Ponek RSUD dr. Soeratno Gemolong.

Tabel 1 Kelancaran ASI Sebelum Pijat Oksitosin

No	Nama	Tanggal	Skor	Kriteria
1.	Ny. T	7 Januari 2025	2	Produksi tidak lancar
2.	Ny. A	7 Januari 2025	0	Produksi tidak lancar

Berdasarkan hasil table 1 diatas diatas didapatkan hasil pengkajian produksi ASI pada ibu post spontan sebelum dilakukan pijat oksitosin pada intensitas yang tidak lancar dengan skor kurang dari 6. Observasi stimulus dikatakan lancar jika skornya ≥ 6 .

Tabel 2 Kelancaran ASI Sesudah Pijat Oksitosin

No	Nama	Tanggal	Skor	Kriteria
1.	Ny. T	8 Januari 2025	6	Produksi lancar
2.	Ny. A	8 Januari 2025	6	Produksi lancar

Berdasarkan hasil table 2 diatas didapatkan hasil pengkajian produksi ASI pada ibu post spontan setelah dilakukan pijat oksitosin selama 15 menit pada intervensi lancar, dengan skor 6.

Tabel 3 Catatan Perkembangan Kelancaran ASI Sebelum dan Sesudah

No	Nama	Tanggal	Skor Sebelum	Skor Sesudah
1.	Ny. T	7 Januari 2025	2	3
		8 Januari 2025	6	6
2.	Ny. A	7 Januari 2025	0	1
		8 Januari 2025	5	6

Berdasarkan table 3 diatas didapatkan kedua responden terdapat sedikit peningkatan ASI dan skor 0 menjadi 6 dan mengalami banyak peningkatan ASI dari skor 2 menjadi 6 pada hari ke dua setelah dilakukan pijat oksitosin.

Tabel 4 Perbandingan Hasil Akhir Kelancaran ASI

No	Nama	Tanggal	Keterangan	Skor
1.	Ny. T	7	Sebelum	2
		Januari 2025	Sesudah	6
		8 Januari 2025		
2.	Ny. A	7	Sebelum	0
		Januari 2025	Sesudah	6
		8 Januari 2025		

Berdasarkan table 4.4 diatas didapatkan hasil terjadi peningkatan yang signifikan pada produksi ASI ibu post spontan pada hari ke 2, dengan skor 6 yakni observasi stimulus dikatakan baik.

PEMBAHASAN

Pengkajian Kelancaran ASI Ibu Post Partum Spontan Sebelum Pijat Oksitosin

Berdasarkan table 1.1 didapatkan hasil wawancara atau pengkajian pada kedua Ibu Post Spontan ditemukan keduanya masih belum lancar dalam produksi ASI sebelum dilakukan pijat oksitosin. Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Ohorella *et al.*, (2021) yang mengatakan persalinan spontan bisa menyebabkan ketidaklancaran ASI karena berbagai factor, termasuk : Gangguan hormon, stress, kelelahan, perubahan psikologis, dll.

Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Septiana *et al.*, (2022) menyatakan bahwa ada beberapa factor-faktor yang mempengaruhi ketidaklancaran ASI antara lain perawatan payudara, frekuensi penyusuan, paritas, stress, penyakit, atau Kesehatan ibu, konsumsi alkohol, rokok, pil kontrasepsi, asupan nutrisi, umur, bentuk, dan kondisi puting susu, serta psikologis ibu seperti kecemasan dan motivasi. Stress berpengaruh terhadap keberlangsungan pemberian ASI karena ibu yang mengalami stress tidak mendapatkan motivasi untuk meningkatkan produksi ASI. Motivasi sendiri dapat berasal dari diri sendiri, suami, pihak keluarga, dan tenaga kesehatan. Hal ini sesuai dengan teori Yuliani & Aini, (2020) yang menyatakan produksi ASI pada ibu nifas pada hari-hari awal melahirkan mengalami kesulitan produksi ASI karena kondisi psikologis ibu, proses laktasi sendiri di dasari atas ketenangan, kenyamanan, dan perasaan sedih dapat menurunkan produksi ASI.

Selain itu produksi dan pengeluaran ASI dipengaruhi oleh 2 hormon, yaitu prolaktin dan oksitosin. Prolaktin mempengaruhi jumlah produksi ASI, sedangkan oksitosin mempengaruhi proses pengeluaran ASI. Prolaktin berkaitan dengan nutrisi ibu, semakin baik asupan nutrisinya maka produksi yang dihasilkan juga banyak. Namun demikian, untuk mengeluarkan ASI diperlukan hormon oksitosin yang kerjanya dipengaruhi psikis ibu (Marantika *et al.*, 2023).

Kelancaran ASI ibu Post Partum Sesudah Pijat Oksitosin

Berdasarkan table 1.2 setelah dilakukam pijat oksitosin pada ibu post partum spontan pada hari ke dua produksi ASI Ny. T dan Ny. A terjadi peningkatan, dari yang sebelumnya susah dan sedikit ASI yang dapat keluar. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan produksi ASI pada ibu post partum spontan di RSUD dr. Soerarno Gemolong Sragen. Produksi ASI dapat meningkatkan karena di pengaruhi oleh banyak faktor, yaitu frekuensi ibu memberikan ASI, status gizi, dan tingkat stress pada ibu nifas yang baru saja melahirkan (Sholihah *et al.*, 2022).

Upaya yang dapat dilakukan ibu untuk meningkatkan produksi ASI adalah dengan mengonsumsi makanan yang bergizi, istirahat yang cukup, dan melakukan pijat oksitosin (Widyastutik *et al.*, 2022).

Kelancaran produksi ASI pada penelitian ini disebabkan oleh beberapa factor salah satunya peningkatan kadar hormone prolactin dan oksitosin yang dapat dilakukan dengan pijat oksitosin. Hal ini sesuai dengan teori bahwa melalui rangsangan atau pijatan pada tulang belakang, *neurotransmitter* akan merangsang *medulla oblongata* langsung mengirim pesan ke *hypothalamus* di *hypofise posterior* untuk mengeluarkan oksitosin yang menyebabkan payudara mengeluarkan ASI. Ibu post partum dapat melakukan pijat oksitosin setiap saat jika ada waktu luang dan tidak perlu merasa kesulitan karena gerakan yang mudah untuk dilakukan.

Pijat oksitosin bermanfaat bagi ibu nifas dalam meningkatkan produksi ASI, hal ini sesuai dengan teori Hilaria & Octavia, (2020) bahwa pijat oksitosin akan memberikan *reflek let down* serta dapat memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi bengkak pada payudara serta dapat merangsang pengeluaran hormone oksitosin dan prolactin. Hasil penelitian ini sehubungan dengan penelitian yang dilakukan oleh Noviyana *et al.*, (2022) yaitu sesuai dengan teori yang dijelaskan bahwa pijat oksitosin dilakukan di sepanjang tulang belakang sampai *costae* ke-5 dan ke-6 untuk merangsang pengeluaran hormone oksitosin, dimana hormone oksitosin sendiri berperan penting dalam proses laktasi. Pijat oksitosin yang dilakukan pada hari-hari awal pasca melahirkan dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas, karena pijat oksitosin sendiri dapat memberikan rasa relax, nyaman, dan dapat membuat ibu mempertahankan produksi ASI nya untuk bayi.

Catatan Perkembangan Kelancaran ASI Ibu Post Partum Spontan Sebelum dan Sesudah

Berdasarkan table 1.3 kelancaran ASI setelah dilakukan pijat oksitosin hari pertama masih belum terlihat signifikan dari kedua responden. Pada hari kedua didapatkan kedua responden mengalami peningkatan ASI pada Ny. T dan Ny. A mengalami peningkatan ASI dari skor 2 menjadi 6 setelah dilakukan pijat oksitosin. Ny. T dan Ny. A juga senang mengonsumsi sayuran dan buah-buahan yang diberikan oleh keluarganya maupun rumah sakit, selain sayur dan buah pemenuhan nutrisi untuk memperlancar produksi ASI meliputi makanan yang kaya kalsium, protein, karbohidrat, lemak, vitamin, mineral, dan zat antibodi.

Peneliti berasumsi bahwa nutrisi juga dapat mempengaruhi produksi ASI ibu. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Dafriani *et al.*, 2023) jumlah produksi ASI sangat dipengaruhi oleh asupan makanan ibu, semakin baik makanan yang dikonsumsi ibu menyusui maka produksi ASI juga akan mencukupi untuk bayinya, makanan yang baik haruslah mengandung gizi yang diperlukan baik jumlah kalori, protein, lemak, dan vitamin serta mineral. Pada saat menyusui, gizi seimbang merupakan suatu hal yang sangat penting karena sangat berhubungan dengan produksi ASI jika ibu berhasil memenuhi gizi seimbang saat menyusui.

Sesuai dengan penelitian yang dilakukan intervensi oleh (Mintaningtyas & Isnaini, 2022) bahwa produksi ASI dapat meningkat setelah dilakukan pijat oksitosin dikarenakan pijat oksitosin dapat merangsang pengeluaran hormon oksitosin yang akan masuk kedalam aliran darah lalu merangsang alveoli untuk mengeluarkan ASI, sehingga ibu dapat memberikan ASI kepada bayi melalui ductus.

Perbandingan Hasil Akhir Kelancaran ASI Sebelum dan Sesudah Pijat Oksitosin

Hasil table 1.5 perbandingan hasil akhir sebelum dan sesudah penerapan pijat oksitosin untuk melancarkan ASI pada Ibu Post Partum Spontan adalah kedua pasien sama-sama mengalami peningkatan dari skor 0 menjadi 6. Sebelum dilakukan pijat oksitosin pada tanggal 8 Januari 2025 pasien Ny. A mengeluh ASI belum bisa keluar, setelah dilakukan pijat oksitosin pada hari kedua pada tanggal 9 Januari 2025 dan dilakukan kembali observasi, pasien

mengatakan ASI sudah dapat keluar. Pada Ny. T dan Ny. A sama-sama berada pada skor 6 dimana semua indikator produksi ASI lancar, ASI dapat lancar dapat dilihat dari payudara yang terasa hangat, payudara bengkak karena terisi ASI, payudara seperti tertekan disertai nyeri, payudara terasa penuh, reflek *Let Down* baik, dan payudara keluar saat dipalpasi.

Hal tersebut dapat dikatakan bahwa pijat oksitosin dapat menjadi salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI (Apreliasari & Risnawati, 2020). Selaras dengan (Anggraini, 2020) yang menyatakan bahwa pijat oksitosin salah satu intervensi atau pemberian non farmakologis untuk membantu pasien relaksasi dan menghilangkan ketidaknyamanan. Relaksasi bertujuan untuk menurunkan kadar epinefrin dan non epinefrin dalam darah sehingga menjadi seimbang (*equilibrium*), selain itu pemijatan daerah punggung juga dapat merangsang hormone endorphen.

KESIMPULAN DAN SARAN

Sebelum dilakukan pijat oksitosin pada dua ibu post partum spontan produksi ASI pada intensitas yang tidak lancar dengan skor kurang dari 6. Setelah dilakukan pijat oksitosin pada kedua ibu post spontan ASI sudah dapat keluar pada kedua responden, dengan skor yakni 6. Perkembangan hasil akhir penerapan terhadap kedua responden mengalami peningkatan produksi ASI dengan skor akhir 6 yang artinya indikator lancar. Perbandingan hasil akhir kedua responden sama-sama mengalami peningkatan produksi ASI dari tidak lancar dengan skor ≤ 6 dan ≥ 6 menjadi lancar, sehingga dapat dikatakan pijat oksitosin dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu post partum spontan.

Saran Bagi Responden: Diharapkan pasien mampu melanjutkan apa yang sudah dilaksanakan yaitu mengaplikasikan pijat oksitosin. Institusi Pendidikan: Diharapkan hasil studi kasus ini dapat dijadikan sebagai acuan pembelajaran dalam penambahan materi kurikulum sebagai intervensi pada pasien post spontan dengan masalah ASI sulit keluar. Bagi Rumah sakit: Diharapkan bagi layanan keperawatan untuk menerapkan dan mendampingi pasien post spontan melakukan pijat oksitosin dengan benar dan tepat sehingga harapan ibu yang sulit mengeluarkan ASI dapat menyusui dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Alamsyahbudin, E., Veri, N., Magfirah, M., & Mutiah, C. (2021). Edukasi Pijat Oksitosin Dan Marmet Untuk Peningkatan Hormon Prolaktin Dalam Kelancaran Asi Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Wilayah Kerja Puskesmas Langsa Baro Kota Langsa. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 4(3), 687–697.
- Anggraini, Y. (2020). Efektifitas Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Jakarta. *Jurnal Jkft*, 5(1), 41–47.
- Apreliasari, H., & Risnawati, R. (2020). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi Asi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Ar-Rum Salatiga*, 5(1), 48–52.
- Ariyanti, R. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Risiko Depresi Postpartum. *Jurnal Kebidanan Mutiara Mahakam*, 8(2), 94–101.
- Az-Zahra, H. Z., Yulianti, R., Musfiroh, S., Amalia, A. R. N., Angelita, A., Amalia, R., Nadila, A., & Putri, N. M. S. (2023). Hubungan Hormon Adaptasi Fisiologi Dan Psikologi Pada Masa Nifas. *Jurnal Maternitas Kebidanan*, 8(2), 183–204.
- Dafriani, P., Sartiwi, W., & Dewi, R. I. S. (2023). Edukasi Hipertensi Pada Lansia Di Lubuk Buaya Kota Padang. *Abdimas Galuh*, 5(1), 90–93.
- Hilaria, M., & Octavia, D. R. (2020). Pengaruh Penambahan Amilum Gwang (Corypha Utan Lamarck) Secara Intragranular Dan Ekstragranular Terhadap Sifat Fisik Tablet Paracetamol Dengan Metode Granulasi Basah. *Jurnal Ilmiah Manuntung*, 6(1), 110–121.

- Marantika, S., Choirunissa, R., & Kundaryanti, R. (2023). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Post Partum. *Jurnal Menara Medika*, 5(2), 277–285.
- Mintaningtyas, S. I., & Isnaini, Y. S. (2022). *Pijat Oksitosin Untuk Meningkatkan Produksi Asi Eksklusif*. Penerbit Nem.
- Noviyana, N., Lina, P. H., Diana, S., Dwi, U., Eni, N., Fransisca, A., Lataminarni, S., Rani, H. W., Ruth, A., & Welmi, S. (2022). Efektifitas Pijat Oksitosin Dalam Pengeluaran Asi. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*, 5(1), 23–33.
- Ohorella, F., Kamaruddin, M., Kandari, N., & Triananinsi, N. (2021). Efektifitas Aromatherapy Uap Lavender Dan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 7(2), 155–160.
- Pasaribu, C. J., Togatorop, L., & Bangun, A. (2024). Hubungan Faktor Determinan Dengan Pemberian Asi Eksklusif Pada Bayi 0-6 Bulan Di Kelurahan Kemenangan Tani. *Best Journal (Biology Education, Sains And Technology)*, 7(1).
- Pradnyani, N. K. D. (2022). *Gambaran Pemberian Senam Erogenetik Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Desa Gelgel Kecamatan Klungkung Kabupaten Klungkung Tahun 2022*. Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Keperawatan 2022.
- Purba, N. H., Mastikana, I., Purba, D., & Oktavia, L. D. (2023). Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perubahan Adaptasi Fisiologi Masa Nifas. *Jurnal Sains Kesehatan Vol*, 30(1).
- Purnamasari, K. D., & Hindiarti, Y. I. (2020). Metode Pijat Oksitosin, Salah Satu Upaya Meningkatkan Produksi Asi Pada Ibu Postpartum. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 7(2), 1–8.
- Putri, M., Ludiana, & Ayubbana, S. (2022). Penerapan Pemberian Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Yosomulyo Kota Metro Tahun 2021. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(2), 246–254.
- Septiana, M., Sari, I., & Sapitri, A. (2022). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kecukupan Asi Pada Ibu Menyusui. *Indonesian Journal Of Community Empowerment (Ijce)*, 4(1), 9–12.
- Shella Afriany, F., Nurrohmah, A., & Utami, N. (2024). Penerapan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Di Ruang Cempaka Rsud Dr.Soehadi Pridjonegoro Sragen. *The Journal General Health And Pharmaceutical Sciences Research*, 2(3), 56–65. <https://doi.org/10.57213/Tjghpsr.V2i1.395>
- Sholihah, B., Corniawati, I., & Rahman, G. (2022). Pijat Pectoralis Major Dan Pijat Oksitosin Untuk Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Postpartum. *Jurnal Penelitian Kesehatan" Suara Forikes"(Journal Of Health Research" Forikes Voice")*, 13(3), 586–591.
- Tanuwijaya, A. S., & Susanto, R. (2022). Prevalensi Komplikasi Kehamilan, Persalinan Dan Nifas Di Rumah Sakit X Jakarta Selama Periode Januari–Mei 2020. *Syntax Literate; Jurnal Ilmiah Indonesia*, 7(12), 18540–18557.
- Widyastutik, D., Ernawati, E., Pratiwi, E. N., Silvi, M., & Pratiwi, D. (2022). Upaya Peningkatan Kesehatan Ibu Postpartum Melalui Edukasi Family Centered Maternity Care (Fcmc) Tentang Pijat Oksitosin Dalam Keberhasilan Menyusui Di Wilayah Kerja Puskesmas Gambirsari Surakarta. *Jurnal Salam Sehat Masyarakat (Jssm)*, 3(2), 53–66.
- Yanti, P. A., & Andreinie, R. (2020). Dukungan Keluarga Berhubungan Dengan Frekuensi Kunjungan Masa Nifas. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah Stikes Kendal*, 10(2), 157–160.
- Yuliani, D. R., & Aini, F. N. (2020). Kecemasan Ibu Hamil Dan Ibu Nifas Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Kecamatan Baturraden. *Jurnal Sains Kebidanan*, 2(2), 11–14.
- Yusita, I., Effendi, J. S., & Pragholapati, A. (2020). Pengaruh Pelvic Floor Muscle Training Terhadap Fungsi Defekasi Pada Ibu Postpartum Spontan.: Effect Of Pelvic Floor Muscle Training On Defecation Function In Spontaneous Postpartum Mothers. *Bali Medika Jurnal*, 7(1), 86–92.